

# 対人態度、対人欲求、対人ストレスの関係

## —新しいネクラ観の提案—

The relations between interpersonal attitude, interpersonal motivations,  
and interpersonal stress : the proposal of new view of “nekura”

滝 上 真衣子

Maiko Takiue

米 澤 好 史

Yoshifumi Yonezawa

2005年10月7日受理

### はじめに

性格を定義するとき、ある人の多くの行動にかなり一貫して認められる特徴であるといわれてきた。これまでの性格研究の流れは大きく2つに分かれ、人をいくつかのタイプに分類しようとする類型論と、個別の反応から特性を見出す特性論がある。類型論であるユングの外向型・内向型分類によると対人関係において、広い範囲の人と交際し明るく楽しく談笑することを好む人は外向的、交友範囲が狭く多くの人と気軽に付き合うことが不得手である人は内向的とされている。特性論も、たとえば子どもが飽きることなくパズルを解いているという日常生活の反応から、飽きにくいという習慣的反応を見出し特性としていく。類型論、特性論ともに定義の通り行動と性格特性は一貫したものととしてとらえられてきた。一般的にも、人は他者がどのような人物であるかの判断材料として対人態度や行動を手がかりにしていることは多々あるように思う。しかし、そうなると性格というものは人が自分や他人をどう思っているかというプロセスであり、類型論や特性論のような静的なものではなく、動的なものであるとも言われている（北尾・中島・井上・石王,1997）。同一の人物でも、ある人には優しく、ある人には厳しく感じられていることもあるだろう。もしくは、その人自身がある人には優しくし、ある人には厳しくするなど相反する行動をとることもあるように思われる。このように、同一の人、つまり同一の性格特性を持っても異なった対人態度や行動が現れることは決してめずらしいことではない。また、性格特性とは異なった対人態度や行動をする人もいるように思われる。外向的な性格特性を持っても対人関係が上手くない人もいれば、内向的な性格特性を持っても対人関係が円滑にこなせる人もいないのだろうか。

岡田（1993）は、現代青年の特質として「ふれ合い恐怖の心性」という、対人関係が深まるような場面を回避する傾向があることと共に、身近な集団に受容されることに強迫的な努力と気遣いを行う面があることや、他者から暗いとか面白くない人間だと評価され仲

間はずれにされることを極度に恐れるため、実際以上に明るく振る舞い、深刻な話題を避けるといった傾向があるとしている。このような指摘からも、本来ならば一致しているであろう性格特性と対人態度にズレが生じている人が存在すると考えられる。特に対人関係には明るく振る舞ったりする外向的な特性が表れているが実は人と関わることにネガティブな感情を抱いている人がいるのではないだろうか。例えば、知人などが集まる場でその時は楽しそうに過ごしているが、その予定の前は憂鬱であったり、うまく楽しい雰囲気になるかが不安であったりする人がいると考えられる。また、知り合って間もない人と会話する際に口数が多くとも、実は「何か話さなくては」「会話がとぎれないようにしなくては」と考えて必死で話しをしているということもあり得るだろう。そのような人々を対人関係では明るく見えるがその内面は暗いことから『ネクラ』と改めて定義する。従来は『根暗』と言えば対人関係を避けたり、円滑に進められなかったり一見して「暗く」見える人に対して使われているが、本研究では根だけが暗く一見しただけでは暗いかどうかかわらないような人に対して『ネクラ』という名称を用いる。そして、『ネクラ』がどのような特性を持っているのかを検討する。

渡部（1999）は、対人態度の背後には、“他者から賞賛されたい欲求”、“他者から拒否されたくない欲求”、“他者との関係を回避したい欲求”という三つの独立した欲求が存在するとしている。賞賛されたい欲求の強い者は積極的に行動し他者の注目を集めることによって、拒否されたくない欲求の強い者は個性を殺し周囲との軋轢を最小限にすることによって、集団の中に自分の居場所や役割を確保しようとする。また、回避したい欲求の強い者は他者からの直接的な拒絶や批判を回避し自己を防衛している。『ネクラ』のように性格特性とは異なった対人態度をとる者は、このような対人欲求と関わりがあると考えられる。特に周囲とうまくやっていくために自らの個性を抑える“他者から拒否されたくない欲求”は、性格特性とは矛盾した対人態度をとることに関連があるように思われる。

また、現代青年にとって対人関係の否定的側面がストレスサーとなりうることは数多く指摘されている。橋本 (1997) は対人関係におけるストレスイベントを、対人葛藤、対人劣等、対人摩擦の3つに分類している。対人葛藤は日常生活でときどき起こる、社会の規範からは望ましくない顕在的な対人葛藤に関するもので、「知人とけんかした」など、対人劣等は対人関係において劣等感を触発する事態やスキルの欠如などに関するもので「会話中何をしゃべったらいいのかわからなくなった」など、対人摩擦は日常のコミュニケーションにおいて頻繁に起こる、社会規範からさほど逸脱したものでない配慮や気疲れを伴う対人関係がストレスをかけている事態に関するもので「自慢話や愚痴など聞きたくないことを聞かされた」などである。対人関係を円滑に進めようとするにより気疲れを引き起こす事態とされる対人摩擦事態は、無理に明るく振る舞っている『ネクラ』は多く感じているのではないだろうか。また、『ネクラ』は知人との集まりなど、対人関係にプレッシャーを感じることから、自らのソーシャルスキルについて自信がないと考えられる。よって、対人関係において劣等感を触発する事態である対人劣等も多く感じていると考えられる。

こうした考えに立ち、本研究では (a) 対人関係を円滑にし明るく振る舞うことと、対人関係を回避したり嫌な印象を持っていることの両方の特性を持つ人(『ネクラ』) が存在することを確認するため尺度を作成し、(b) 『ネクラ』と対人欲求の関係について、(c) 『ネクラ』と対人ストレスイベント尺度との関係について研究することを目的とする。

## 方法

### 質問紙

1. 対人態度尺度：対人関係で明るく振る舞っているが少し疲労感を感じていたり、一人でいたい時があるとしている人にインタビューを行い、具体的にどのような対人態度を行っているかを質問した。その中から、明るく振る舞っている態度、関係を避けようとしている態度、無理をしている態度など29項目を作成した。

2. 対人欲求尺度：他者からの評価に対する欲求についての項目(菅原、1986)をもとに渡部(1999)が作成したものをを用いた。項目は“他者から賞賛されたい欲求”10項目、“他者から拒否されたくない欲求”9項目、“他者との関係を回避したい欲求”7項目である。各項目、「全くあてはまらない」から「非常にあてはまる」までの5段階評定を求めた。

3. 対人ストレスイベント尺度(ストレス度)：橋本(1997)の作成した対人ストレスイベント尺度を用いた。各項目内容について、どの程度ストレスを感じる

かを「全く感じない」から「非常に感じる」まで4段階で評定を求めた。

4. 対人ストレスイベント尺度(頻度)：同上の尺度の各項目について、どの程度の頻度で起こったかを「全くなかった」から「しばしばあった」の4段階で評定を求めた。

5. 自分の性格で明るいと思うところ、暗いと思うところ、どのように使い分けているかの3つの質問について自由記述求めた。

6. 対人関係において無理をしているのはどのような時か、またなぜ無理をしてしまうのかの2つの質問について自由記述を求めた。

被調査者 和歌山大学学生182名(女104名、男78名)

調査実施日 2004年12月

手続き 講義中に集団式で質問紙を配布した。

## 結果

### 因子分析

各尺度について主因子法・プロマックス回転で因子分析を行った。固有値の変動および解釈可能性から、対人態度尺度では2因子が抽出された。因子1は「どんな人と話す時でも楽しそうに話す」「会話がとぎれないように心がけている」など対人関係において愛想が良く、人から「明るく」見えるであろう態度が負荷しており、“ポジティブ態度因子”と名付けた。因子2には「人と会うのが面倒な時がある」、「顔見知りを見かけても話しかけたくない」など対人関係を避けたり、人から「暗く」見えるであろう態度が負荷しており、“ネガティブ態度因子”と名付けた。ポジティブ態度因子16項目、ネガティブ態度因子12項目、計28項目で、 $\alpha$ 係数はそれぞれ.87、.69であった。(Table 1)

対人欲求尺度では、渡部(1999)と同様、因子1には「有能な人間だとまわりから認められたい」、「人前ではいつもかっこよくありたい」などの項目、因子2には「できるだけ敵はつくりたくない」、「どんな時でも相手の機嫌をそこねたくない」などの項目、因子3には「人と深く関わるほど自分の嫌な部分を相手に知られそうで、積極的に人と深く関わりたくない」、「人からの拒否や批判を避けるためには、たとえ人とあまり関わるができなくなってもしょうがない」などの項目が負荷した。つまり因子1が“他者から賞賛されたい欲求”(以下“賞賛欲求”)、因子2が“他者から拒否されたくない欲求”(以下“非拒否欲求”)、因子3が“他者との関係を回避したい欲求”(以下“回避欲求”)のように、各対人欲求が抽出された。 $\alpha$ 係数は順に.88、.77、.61だった。

対人ストレスイベント尺度では、橋本(1997)と同様ストレス度、頻度、そしてインパクトとして項目ごとにストレス度と頻度を掛け合わせたもの(以下イン

Table 1 対人態度尺度の因子分析結果

項目内容	因子 1	因子 2	共通性
どんな人と話すときでも楽しそうにふるまう	.667	-.016	.450
人に自分を明るく見せようとしている	.639	.032	.400
会話がとぎれないように心がけている	.617	-.102	.417
沈黙に耐えられないので率先してしゃべる	.583	-.080	.367
みんなにいい顔をしたい	.567	.170	.310
集まりがあると、場が盛り上がるようつとめる	.546	-.213	.392
盛り上がらないと自分が悪い気がする	.534	.079	.272
相手が好みそうな自分を演じる	.526	.203	.274
あまり親しくない相手にでも、できるだけ親しげに振る舞う	.479	-.091	.256
相手の機嫌を悪くしているのではと気にする	.471	.171	.217
合コンなど、初対面の人が集まる席でよく話す方だ	.461	-.257	.329
自分が嫌っている人にでも嫌われたくない	.458	.227	.217
カラオケなどではノリ良く振舞う	.447	-.261	.318
しゃべりたくない時でもしゃべる	.437	.063	.183
人前で敵対心をなるべく出したいくない	.368	.147	.134
メールの雰囲気や文や絵文字などで明るくするようにしている	.315	-.220	.177
人と会うのが面倒な時がある	.204	.532	.278
顔見知りを見かけても話しかけたくない	.067	.525	.268
休みの日は外に出たくない	.021	.519	.265
予定の入っている前の日は憂鬱だ	.045	.496	.244
自分からあまり遊びの計画をたてない	-.033	.485	.238
みんなに好かれたいが深入りされたくない	.123	.470	.212
合コンなど初対面の人が集まる席は嫌いだ	-.165	.442	.254
新しい友達はあまりほしいと思わない	-.193	.441	.265
一人でいたいときがある	.159	.372	.148
場をしきるのは嫌いだ	-.002	.372	.139
遊びに誘われたら楽しく過ごす	.049	-.371	.138
何もしていない時間が好きだ	.061	.330	.104
相手によって自分を使い分ける	.291	.298	.137
固有値	4.68	2.72	
寄与率 (%)	16.15	9.38	25.53

パクト) にそれぞれ因子分析を行った。

ストレス度では、因子 1 は「知人が自分のことをどう思っているのか気になった時」「知人に嫌な思いをさせた時」など対人葛藤と対人劣等に該当する項目が負荷し、因子 2 には「嫌いな人と会話した時」など対人摩擦項目の項目が高く負荷した。よってそれぞれ顕在的対人ストレス因子、潜在的対人ストレス因子とした。 $\alpha$ 係数はそれぞれ .87、.71 だった。

頻度では因子 1 が対人劣等に関する項目、因子 2 が対人葛藤に関する項目、因子 3 は対人摩擦に関する項目が負荷し、それぞれ対人劣等頻度因子、対人葛藤頻度因子、対人摩擦頻度因子とした。 $\alpha$ 係数は順に .86、.71、.75 だった。

インパクトでは因子 1 に対人劣等に関する項目、因子 2 に対人摩擦に関する項目、因子 3 に対人葛藤に関する項目が負荷した。それぞれ対人劣等因子、対人摩擦因子、対人葛藤因子とした。 $\alpha$ 係数は順に .82、.74、.75 だった。

それぞれの分析で因子負荷が .30 以上の項目をその尺度項目とした。ただし二つ以上の因子に .30 以上の因子負荷がある場合はその項目を除外した。個人ごとにその合計を尺度得点とした。(Table 2)

### 相関分析

各尺度の相関を Table 3 に示す。全体ではポジティブ態度が賞賛されたい欲求・拒否されたくない欲求・顕在的対人ストレス・対人劣等頻度・対人劣等と有意な正の相関があり、ネガティブ態度とは有意な負の相関があった。ネガティブ態度は賞賛されたい欲求と有意な負の相関があり、関係を回避する欲求・対人摩擦頻度・対人劣等・対人葛藤と有意な正の相関があっ

Table 2 各尺度の平均・標準偏差

	全体		女		男	
	M	SD	M	SD	M	SD
ポジティブ態度	52.4	10.12	53.9	9.54	50.3	10.56
ネガティブ態度	35.7	6.95	35.9	7.23	35.5	6.60
賞 賛 欲 求	28.9	6.32	28.3	5.83	29.7	6.87
非 拒 否 欲 求	34.8	6.43	35.3	6.60	34.1	6.16
回 避 欲 求	10.7	3.04	10.6	3.07	10.8	3.02
顕在的ストレス	45.0	7.26	46.6	7.11	42.8	6.94
潜在的ストレス	29.3	4.35	29.6	4.58	28.8	3.99
対人劣等頻度	22.8	6.51	23.9	6.80	21.3	5.74
対人葛藤頻度	11.1	3.43	11.0	3.56	11.2	3.26
対人摩擦頻度	21.1	5.01	21.5	5.21	20.7	4.69
対 人 劣 等	70.4	24.30	76.4	25.08	61.7	20.31
対 人 摩 耗	48.5	17.64	48.6	18.45	48.4	16.55
対 人 葛 藤	30.5	12.25	31.4	12.65	29.2	11.61

Table 3 各尺度の相関係数

	ネガティブ態度	賞賛	非拒否	回避	顕在的ストレス	潜在的ストレス	劣等頻度	葛藤頻度	摩擦頻度	対人劣等	対人摩擦	対人葛藤
【全体】												
ポジティブ態度	-.147*	.490**	.432**	.109	.342**	.051	.231**	-.031	-.006	.268**	-.091	.071
ネガティブ態度		-.165*	.063	.374**	.119	.018	.129	.120	.156*	.183*	.076	.162*
【女】												
ポジティブ態度	-.076	.463**	.502**	.169	.322**	-.037	.253**	-.103	-.074	.250*	-.144	.022
ネガティブ態度		-.104	.091	.448**	.152	.096	.146	.141	.151	.208*	.100	.202*
【男】												
ポジティブ態度	-.262*	.581**	.327**	.056	.307**	.150	.128	.089	.064	.204	-.019	.111
ネガティブ態度		-.239*	.014	.268*	.048	-.128	.068	.090	.156	.105	.032	.083

\*\*.相関係数は1%水準で有意 (両側)

\*.相関係数は5%水準で有意 (両側)

た。

女ではポジティブ態度は賞賛されたい欲求・拒否されたくない欲求・顕在的対人ストレス・対人劣等頻度・対人劣等と有意な正の相関があった。ネガティブ態度は関係を回避する欲求・対人劣等と有意な正の相関があった。

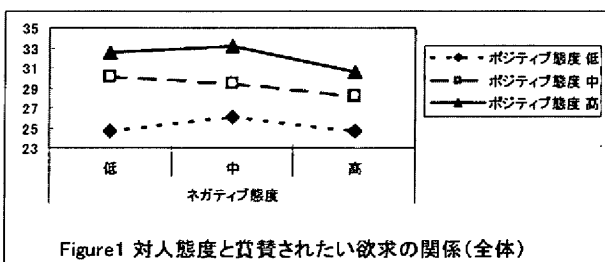
男では、ポジティブ態度とネガティブ態度に有意な負の相関があった。ポジティブ態度と賞賛されたい欲求・拒否されたくない欲求・顕在的対人ストレスと有意な正の相関があった。ネガティブ態度は賞賛されたい欲求と負の相関、関係を回避する欲求と有意な正の相関があった。

#### 分散分析

また、対人欲求各尺度、対人ストレスイベント尺度の各下位尺度を従属変数とし、ポジティブ態度の低中高群×ネガティブ態度の低中高群の2要因分散分析を行った。低中高群は得点順に、人数が三等分になるよう振り分けた。

##### 1. 賞賛されたい欲求

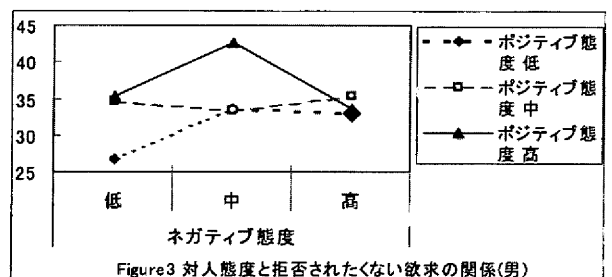
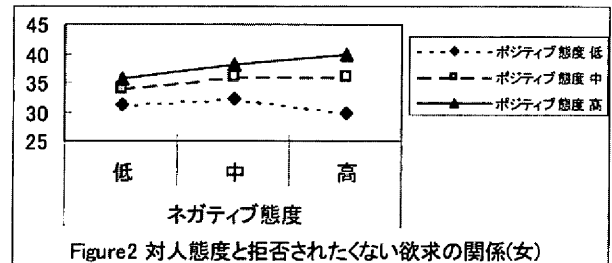
全体ではポジティブ態度の主効果 [ $F(2,173)=21.35, p<.01$ ] があった。また平均多重比較 (LSD、以下共通) から、ポジティブ高の時、ネガティブ低が中高と比べ低かった (Figure 1)。女ではポジティブ態度の主効果 [ $F(2,164)=9.74, p<.01$ ] のみだった。男ではポジティブ態度の主効果 [ $F(2,164)=13.86, p<.01$ ] のみだった。



##### 2. 拒否されたくない欲求

全体ではポジティブ態度の主効果 [ $F(2,173)=15.60, p<.01$ ] があった。またポジティブ態度・ネガ

ティブ態度・性別の交互作用 [ $F(4,164)=2.49, p<.05$ ] があった。平均多重比較より、ポジティブ態度高の時、ネガティブ態度低の人に比べ中の人が高かった。そして、ネガティブ低高の人は中の人に比べポジティブ高で上がらず、ネガティブ中の人とは低高の人と比べポジティブ低で下がらなかった。女では、ポジティブ態度の主効果 [ $F(2,164)=10.59, p<.01$ ] があった。男では、ポジティブ態度の主効果 [ $F(2,164)=5.66, p<.01$ ] があった。平均多重比較より、ポジティブ態度低・ネガティブ態度低の人が他と比べて低く、ポジティブ態度高・ネガティブ態度中の人とは他と比べて高かった。また、ポジティブ態度高・ネガティブ態度高の時に男より女の方が高かった (Figure 2, 3)。

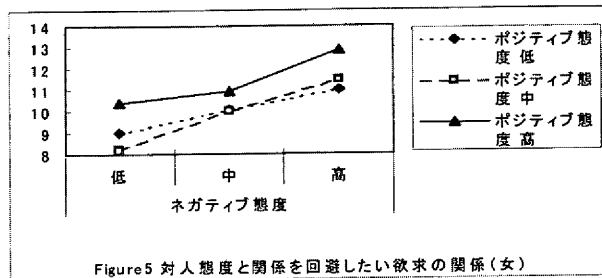
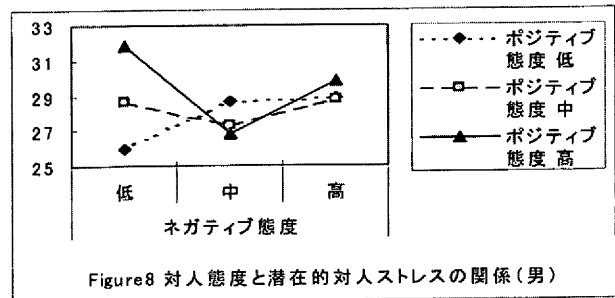
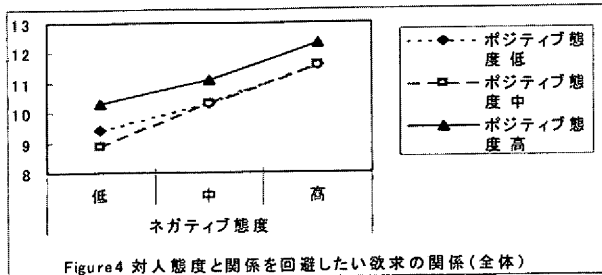


##### 3. 関係を回避したい欲求

全体ではネガティブ態度の主効果 [ $F(2,172)=7.92, p<.01$ ] があった。女でもネガティブ態度の主効果 [ $F(2,163)=6.13, p<.01$ ] があった。男では主効果も交互作用もみられなかった。 (Figure 4, 5)

##### 4. 顕在的対人ストレス

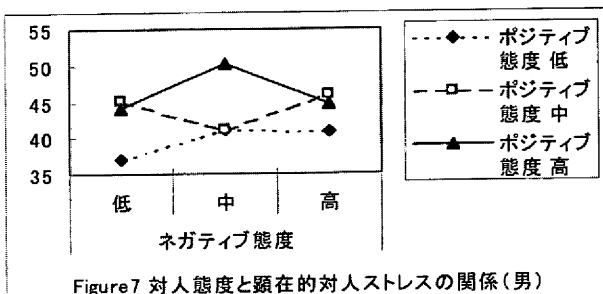
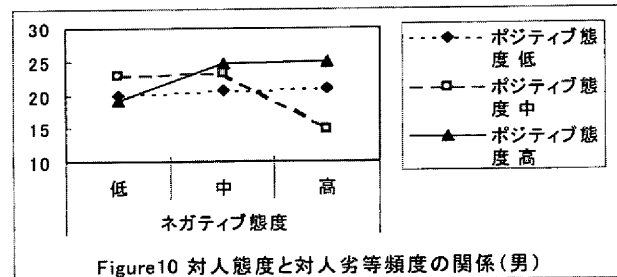
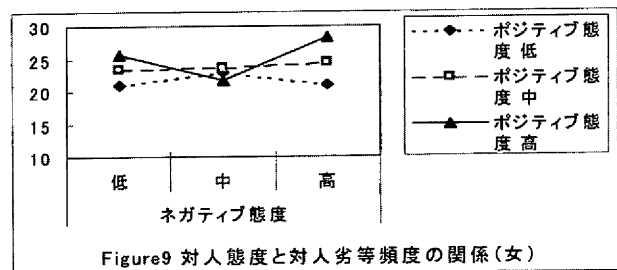
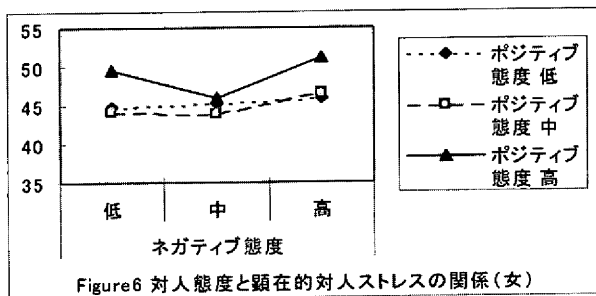
全体ではポジティブ態度の主効果 [ $F(2,166)=$



8.36,  $p < .01$ )があった。また、女の方が男より有意に高かった ( $F(2, 157) = 5.13, p < .01$ )。

女では、ポジティブ態度の主効果 ( $F(2, 157) = 3.82, p < .05$ ) があった。また平均多重比較より、ポジティブ態度高の時、ネガティブ態度高で中に比べて高かった。男では、ポジティブ態度の主効果 ( $F(2, 157) = 5.13, p < .01$ ) があった。また平均多重比較より、ネガティブ態度中の時、ポジティブ態度高が中に比べて高かった。

ポジティブ態度高・ネガティブ態度低の時男女に差があった。(Figure 6, 7)



## 5. 潜在的対人ストレス

全体、女では主効果も交互作用もみられなかった。男では、平均多重比較によりポジティブ態度高・ネガティブ態度低のとき高かった。(Figure 8)

## 6. 対人劣等頻度

全体ではポジティブ態度の主効果 ( $F(2, 164) = 3.72, p < .05$ ) があった。また、ポジティブ態度高・ネガティブ態度高で他に比べて高かった。女では、平均多重比較よりポジティブ態度高・ネガティブ態度高で他に比べて高かった。男では、平均多重比較よりポジティブ態度中・ネガティブ態度高で他に比べて低かった。また、ポジティブ態度中・ネガティブ態度高とポジティブ態度高・ネガティブ態度低で男より女の方が高かった。(Figure 9, 10)

## 7. 対人葛藤頻度

全体では平均多重比較よりネガティブ態度中の時、ポジティブ態度中が高低より高かった。また、ポジティブ態度高の時、ネガティブ態度高で中低に比べて高かった。女では主効果も交互作用もみられなかった。男では平均多重比較より、ポジティブ態度高・ネガティブ態度高とポジティブ態度中・ネガティブ態度中で他に比べて高かった。(Figure 11, 12)

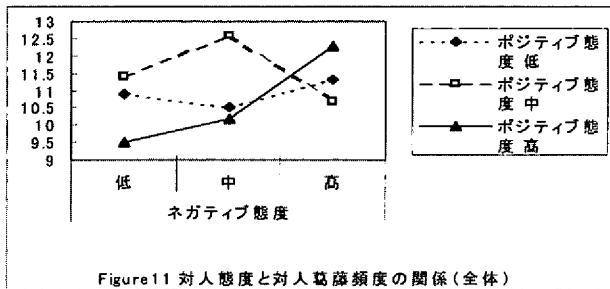


Figure 11 対人態度と対人葛藤頻度の関係(全体)

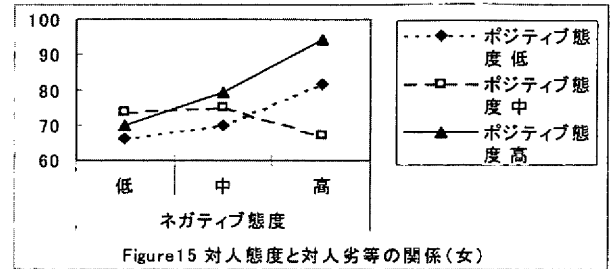


Figure 15 対人態度と対人劣等の関係(女)

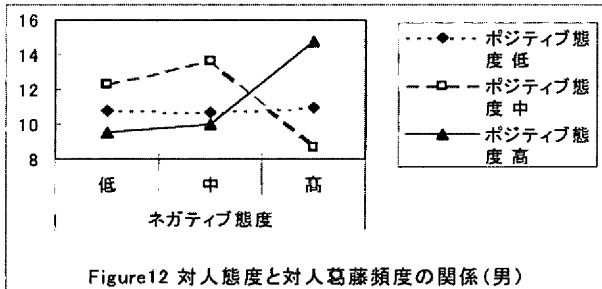


Figure 12 対人態度と対人葛藤頻度の関係(男)

## 8. 対人摩擦頻度

全体、女では主効果も交互作用もみられなかった。男のとき、平均多重比較よりポジティブ態度高・ネガティブ態度高で他に比べて高かった。(Figure13)

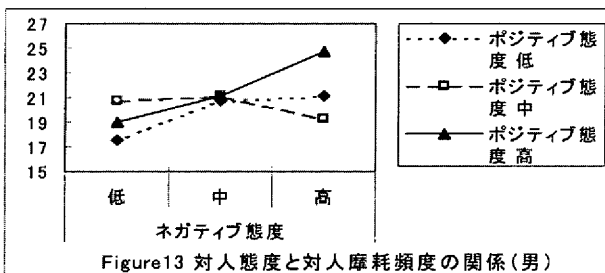


Figure 13 対人態度と対人摩擦頻度の関係(男)

## 9. 対人劣等

全体ではポジティブ態度の主効果 [ $F(2,164) = 5.65, p < .01$ ] があつた。また平均多重比較よりポジティブ態度高・ネガティブ態度高が他に比べ高かった。女では平均多重比較よりポジティブ態度高・ネガティブ態度高が他に比べて高かった。男では主効果も交互作用もみられなかった。(Figure14,15)

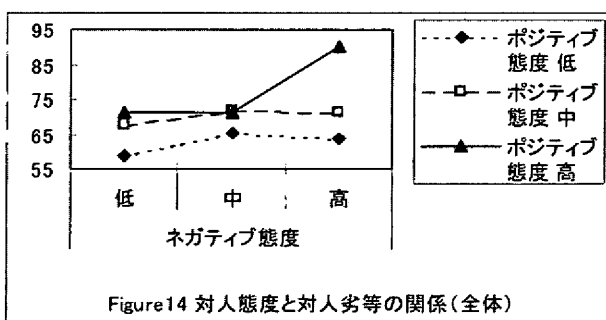


Figure 14 対人態度と対人劣等の関係(全体)

## 10. 対人摩擦

全体、女、男とも主効果も交互作用もみられなかった。

## 11. 対人葛藤

全体では平均多重比較よりポジティブ態度高・ネガティブ態度高が他に比べて高かった。女では主効果も交互作用もみられなかった。男では平均多重比較よりポジティブ態度高・ネガティブ態度高が他に比べ高かった。(Figure16,17)

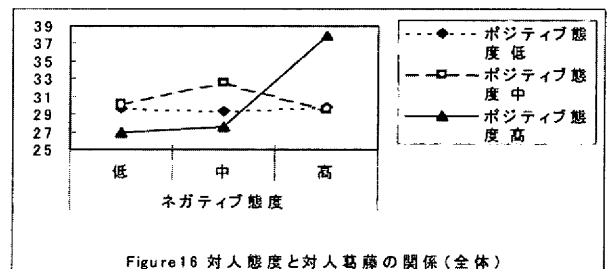


Figure 16 対人態度と対人葛藤頻度の関係(全体)

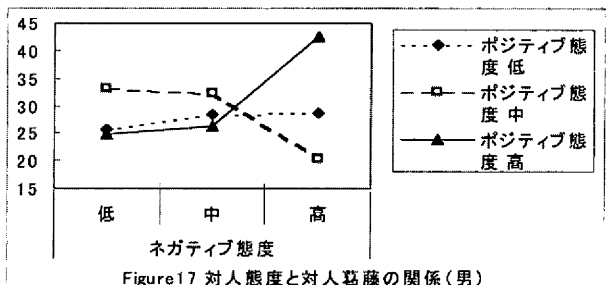


Figure 17 対人態度と対人葛藤頻度の関係(男)

## 自由記述

自由記述は、各質問ごとに結果を分類した。自分の性格で「明るい面」と「暗い面」では、自分の内面についての回答を『気持ち』とし、他者との関係についての回答を『対人関係』、自分の行動についての回答を『行動』、状況についての回答を『状況』とした。

「使い分け」では自分の内面についての回答を『気持ち』、他者との関係についての回答を『対人関係』、自分の行動についての回答を『行動』、状況についての回答を『状況』に分類した。

また、対人関係で「無理をしているとき」では自分の内面についての回答を『気持ち』、自分の行動についての回答を『行動』、状況についての回答を『状況』に分類した。

「無理をする理由」では内面についての回答を『自分の気持ち』、自分の行動についての回答を『自分の行動』、他者の内面についての回答を『他者の気持ち』、他者の行動についての回答を『他者の行動』、状況についての回答を『状況』に分類した。

$\chi^2$ 検定を行った結果、全ての質問で全体、男女に有意な散らばりが見られた。全体では「明るい面」で『気持ち』と『行動』が多く ( $\chi^2=54.20, df=3, p<.01$ )、  
「暗い面」でも、『気持ち』と『行動』が多かった ( $\chi^2=85.21, df=3, p<.01$ )。「使い分け」では、『対人関係』が多かった ( $\chi^2=57.02, df=3, p<.01$ )。「無理をしているとき」では『行動』が多く ( $\chi^2=110.79, df=2, p<.01$ )、「無理をする理由」では『自分の気持ち』『自分の行動』『他者の気持ち』が多かった ( $\chi^2=52.15, df=4, p<.01$ )。

女では「明るい面」で『気持ち』と『行動』が多く ( $\chi^2=36.35, df=3, p<.01$ )、「暗い面」では『気持ち』『行動』が多かった ( $\chi^2=60.41, df=3, p<.01$ )、「使い分け」では『対人関係』が多かった ( $\chi^2=31.25, df=3, p<.01$ )。「無理をしているとき」では『行動』が多く ( $\chi^2=60.63, df=2, p<.01$ )、「無理をする理由」では『自分の気持ち』『自分の行動』『他者の気持ち』が多かった ( $\chi^2=37.05, df=4, p<.01$ )。

男では、「明るい面」で『気持ち』『行動』が多く ( $\chi^2=18.91, df=3, p<.01$ )、「暗い面」でも『気持ち』『行動』が多かった ( $\chi^2=29.18, df=3, p<.01$ )。「使い分け」では『対人関係』が多かった ( $\chi^2=26.88, df=3, p<.01$ )。「無理をしているとき」では『行動』が多く ( $\chi^2=50.94, df=2, p<.01$ )、「無理をする理由」では『自分の気持ち』『自分の行動』『他者の気持ち』が多かった ( $\chi^2=16.85, df=4, p<.01$ )。(Table 4, 5)

Table 4 明るい面、暗い面、使い分けの測定度数

	「明るい面」			「暗い面」			「使い分け」		
	全体	女	男	全体	女	男	全体	女	男
気持ち	51	28	23	82	53	29	29	19	10
対人関係	37	20	17	28	16	12	63	35	28
行動	69	42	27	50	25	25	5	2	3
状況	5	2	3	2	1	1	25	15	10
合計	162	92	70	162	95	67	122	71	51

Table 5 無理をしている時、無理をする理由

「無理をしているとき」	「無理をする理由」		
	全体	女	男
気持ち	25	15	10
行動	116	69	47
状況	19	14	5
合計	160	98	62

	「無理をする理由」		
	全体	女	男
自分の気持ち	54	35	19
自分の行動	42	25	17
他者の気持ち	34	22	12
他者の行動	3	2	1
状況	19	9	10
合計	152	93	59

また、各質問についてクロス集計を行った。「明るい

面」・「暗い面」のクロス集計では全体と男で有意な散らばりが見られ、全体では『対人関係』・『気持ち』と『行動』・『行動』が比率的に多く ( $\chi^2=20.87, df=9, p<.05$ )、男では『対人関係』・『気持ち』が比率的に多かった ( $\chi^2=39.56, df=9, p<.01$ )。「暗い面」・「無理をする理由」のクロス集計では男で有意な散らばりが見られ、『気持ち』・『状況』と『対人関係』・『自分の気持ち』と『行動』・『他者の気持ち』が比率的に多かった ( $\chi^2=28.90, df=8, p<.01$ )。「無理をするとき」・「無理をする理由」のクロス集計では全体と女で有意な散らばりが見られた。全体では『気持ち』『自分の気持ち』と『行動』・『他者の気持ち』と『状況』・『状況』が比率的に多く、( $\chi^2=16.20, df=8, p<.05$ )、女も同様だった ( $\chi^2=16.69, df=8, p<.05$ )。

Table 6 暗い面・明るい面のクロス集計表 (男)

	明るい面				
	気持ち	対人関係	行動	状況	合計
暗い面					
気持ち	8	5	9	0	22
対人関係	11	1	3	0	15
行動	10	5	10	0	25
状況	0	1	0	1	2
合計	29	12	22	1	64

Table 7 暗い面・無理をする理由 (男)

	無理をする理由				
	自分の気持ち	自分の行動	他者の気持ち	他者の行動	状況
暗い面					
気持ち	5	10	2	1	8
対人関係	8	2	0	0	0
行動	5	2	9	0	2
合計	18	14	11	1	10

Table 8 無理をする時・無理をする理由 (女)

	無理をする理由				
	自分の気持ち	自分の行動	他者の気持ち	他者の行動	状況
無理をするとき					
気持ち	9	2	2	1	0
行動	23	17	18	1	5
状況	3	5	1	0	4
合計	35	24	21	2	9

## 考察

### 対人態度と各尺度の関係

相関係数の結果より、全体ではポジティブ態度とネガティブ態度に弱い負の相関があったが、女では相関がなく、男ではより強い負の相関があった。このことから、男はポジティブ態度をとる人はネガティブ態度をとらないが、女は本当はいやでも明るくふるまっていることがあると言える。分散分析のグラフでポジティブ態度高群・ネガティブ態度高群となるのが『ネクラ』であり、対人関係を避けたいと思いつつ明るく

振る舞っている人である。どちらも高群の女は15人、男は6人と、やはり女の方が『ネクラ』が多いようである。

対人欲求尺度と対人態度尺度との相関分析より、全体では、ほめられたいほどポジティブ態度をとることから、明るくしたり盛り上げるのは優れている人だと思われたいがための行動と言え、これは自分の能力の発揮としてのポジティブ態度と言える。また、嫌われたくないからポジティブ態度をとることは、愛想良く振る舞うであるとか相手に合わせる意味合いが強いと考えられ、対人円滑の手段としてのポジティブ態度と言える。対人関係を避けたい人は男女ともネガティブ態度をとるようである。

また、男だけがネガティブ態度と賞賛されたい欲求に負の相関があり、ポジティブ態度と賞賛されたい欲求の相関も高かったことから、男は「ほめられたいから明るくする」「ほめられたいわけじゃないので人と関わりたくない」というようにポジティブ態度もネガティブ態度も自分の欲求から行っていると言える。女はポジティブ態度と拒否されたくない欲求の相関が高いことから、自分がほめられたいからという人もいるが、「人に嫌われないように」という、相手に合わせた考えでポジティブ態度をしている人が多いと考えられる。男は自分の思いに素直だが、女はそこに他者との和を考慮するのではないだろうか。

対人ストレスイベント尺度と対人態度尺度の相関は全体では実際に起こるいやな事態をストレスに感じるほどポジティブ態度をとる。これは、ポジティブ態度をとろうとする人ほど、もめごとや空気が悪くなることはつらいことなのでそうなるのではないだろうか。もしくはポジティブ態度をとるからもめごとをストレスに感じるのかもしれない。対人劣等頻度、つまり対人関係が上手くいかないと頻繁に感じる人ほどポジティブ態度をとる。一見おかしく見えるが、明るい態度をとっているということは、そこに意識的に注意しているわけで、この態度で大丈夫なのか、うまくできているのかなど考えてしまう。無理をせずポジティブ態度をとっている人は、頻繁に対人劣等は感じていないかもしれない。手段としてポジティブ態度を用いる人は、それが上手くいくかを気にしてしまうのではないだろうか。対人劣等でも有意な相関がでているので、ポジティブ態度をとる人は人間関係がうまくいかないと頻繁に感じ、そのことをストレスに感じている。

また、全体ではネガティブ態度と対人摩擦頻度・対人劣等・対人葛藤に相関があった。ポジティブ態度と違って対人劣等頻度で相関が低いのは、まず関係を回避しているのだから、関わって起こる葛藤頻度や劣等頻度はそんなにならぬからであると考えられる。いやな人と関わることが多いと感じるからあまり人と関わりたくないのかもしれない。対人劣等・対人葛藤に相関

がある、つまり頻度では相関が低くインパクトで相関が高いのは、実際に関わらないために頻度はないが上手く人と関われないことやめごとをストレスに感じているということも考えられる。ゆえに対人関係を避けてしまうと考えられる。

男女差については、男はポジティブ態度と顕在的対人ストレス以外で相関が低く、やはり対人態度のとり方とストレスには関係がなく対人関係に無理をしていないと言える。一方、女はポジティブ態度が顕在的対人ストレス、劣等頻度、対人劣等と、またネガティブ態度と対人劣等、対人葛藤と相関があった。やはり嫌われないためのポジティブ態度には「自分はうまくできていないかもしれない」というストレスがついてくると思われる。また、ネガティブ態度も男なら単に人と関わりたくないのかもしれないが、女では「うまくできていない」「もめるから」ということにストレスを感じるからこそそのネガティブ態度なのかもしれない。顕在的対人ストレスがどちらにもポジティブ態度と相関があったのは、ポジティブ態度をとる人にとって目にみえるもめごとや自分がうまくできないことがストレスに感じるのは当然であるからだと思われる。女は実際そんな事態になっているとよく感じ、男はストレスに感じるがそんな事態になっているとは感じていない。それは女が無理をしているため、よりストレス事態に敏感になるとともに、そんな事態に遭遇する可能性も高いからだと考えられる。対人関係がうまくできていなくても本人が気付いていなければストレスは感じないため、うまくできているかに敏感なことがストレスを感じる要因の一つだと言え、『ネクラ』の性質とも深く関わっているものであると思われる。

#### 分散分析の考察

分散分析では、賞賛されたい欲求・拒否されたくない欲求ともにポジティブ態度の主効果があり、相関と同様、ほめられたいから、嫌われたくないからポジティブ態度をとっているようだ。

拒否されたくない欲求は、男でポジティブ態度低・ネガティブ態度低の人が特に低かった。明るくしていないし、人と関わりたくないわけでもない「人間関係軽視」タイプの人は、拒否されることも意識していない、もしくは関心がないため拒否されたくない欲求が下がるのではないだろうか。

また、ポジティブ態度高・ネガティブ態度高の時に男女に差があったことから『ネクラ女』は『ネクラ男』より拒否されたくないと感じている。これは男と女の「無理して明るくしている」動機の違いであると思われる。女は自分の気持ちはどうあれ仲良くしなければならぬ状況が多く、そこでうまくやらなくてはならない。よって拒否されたくないという欲求が動機になると考えられる。ゆえに無理して明るくし、うまくやれているかどうかよく不安になるため劣等頻度・対人



劣等が高くなるのではないだろうか。『ネクラ男』は摩擦頻度や葛藤頻度が高くでている。男は仲良くしなければならぬという状況はあまりなく自分の気持ちで仲良くしたい人とする。なのでそこで起こったもめごとや、いつもなら不必要な気遣いをしなければならぬ時に無理をして明るくするのではないだろうか。また、劣等頻度では、ポジティブ態度高・ネガティブ態度低で男女差があり、『ネアカ女』は『ネアカ男』より対人関係がうまくいってないと感じているようだ。女は人に合わせようとするためうまくいっていないように感じるが、男は自分が望む行動なのでそのようなことは感じないのではないだろうか。

顕在的対人ストレスでは、全体、男女でポジティブ態度の主効果がありポジティブ態度をとる人ほど対人関係がうまくできていないことへのストレスが高い。また、女の方が男よりストレスを感じている。女では、ポジティブ態度高・ネガティブ態度高で特に高く、『ネクラ女』はもめたり対人関係が上手くできないことをとてもストレスに感じている。無理して明るくしているので、それがうまくいかない時はストレスが大きいと思われる。また、ポジティブ態度高・ネガティブ態度低の時、男女に差があったことから『ネアカ女』は『ネアカ男』よりストレスを感じている。人との関わりを避けたいと思っていなくても、女がポジティブ態度をすることは多少まわりの人に合わせていたりするのかもしれない。男は明るくしたいから明るくする人が多いので、差が生まれるのではないだろうか。

潜在的対人ストレスでは、男でポジティブ態度高・ネガティブ態度低のとき高く、無理せず明るい『ネアカ男』は気をつかわなければならない事態をストレスに感じている。明るいのは自分のためなので、他者にあわせなければならないことがストレスとなるのではないだろうか。

対人劣等では、ポジティブ態度高・ネガティブ態度高で特に高かった。『ネクラ』は特に人と上手く関われないことをとてもストレスに感じているし、そんな事態によく陥ると感じている。本当はいやなのに意図的に明るくしているからだと考えられる。男では主効果も交互作用もなかったことに對し、女ではポジティブ態度高・ネガティブ態度高が高く、全体の『ネクラ』の傾向は『ネクラ女』のそれであったと言える。

対人葛藤では全体でポジティブ態度高・ネガティブ態度高が高かった。『ネクラ』は、人ともめたり良くない空気になることにストレスを感じ、そんな事態に良く陥ると感じている。意図的に明るくしている人にとって、それがうまくいかないかもしれない事態はかなり困り、そんな事態に敏感になるからだと考えられる。女では主効果も交互作用もみられなかったことに對し、男ではポジティブ態度高・ネガティブ態度高が高かった。つまり全体の『ネクラ』の傾向は『ネクラ

男』のそれであると言える。

#### 自由記述の考察

自由記述より、男女とも自分の性格の「明るい面」「暗い面」を、対人関係や状況といった外面的なものよりも、自分の気持ちや行動といった内面的なものから判断していた。そしてその「使い分け」は対人関係の中でおこなわれているようである。しかし「暗い面」では女は気持ちがとても高く行動が高くなかったが、男は行動、気持ちともに高かった。このことから女は暗い面を行動にはあまり出していないと考えられ、『ネクラ』に女が多いことと関連があると思われる。

対人関係において「無理をしているとき」は男女とも気持ち、状況よりも行動が多かった。嫌だと感じたり、無理な状況にあるときよりも、無理な行動をすることが最も印象に残ったり、頻繁に行われたりするのかもしれない。「無理をする理由」は男女とも自分の気持ち、自分の行動、他者の気持ちの順に高かった。無理をするとは言え、その要因は自分だと考えている人が多いが、他者の気持ちを考えて無理をしてしまう人もいるようだ。

クロス集計では、「明るい面」・「暗い面」で全体と男が対人関係は明るく、気持ちは暗い人が多かった。気持ちは暗いが、対人関係で明るい面を出すことから、『ネクラ』の性質とも関係があると考えられる。また、「暗い面」・「無理をしている理由」では男で対人関係で暗く、無理をしてしまうのは自分の気持ちだという人と、暗いのは行動で、無理をしてしまうのは他者の気持ちだという人が多かった。前者は自分の気持ちで無理をしてしまい対人関係で暗く、後者は他者の気持ちが気になって行動が暗いことから、分散分析でのポジティブ態度低群・ネガティブ態度高群に当てはまる人、つまり対人関係にネガティブな感情を抱いており、それゆえに関係を避ける人であると考えられる。男は明るくしたい人は明るく、人と関わりたくない人は関わらないという結果とも合致するのではないだろうか。「無理をするとき」・「無理をする理由」では全体、女で同じものが高かったので女の傾向が全体に反映されたものだと考えられる。無理をするのは行動で、その理由は他者の気持ちによる人が多かった。これは『ネクラ女』の性質と考えられ、他者の気持ちが気になるあまり、行動で無理をしてしまうのではないだろうか。

#### 総合的考察

以上から、『ネクラ女』は劣等頻度、対人劣等が高く、『ネクラ男』は葛藤頻度、摩擦頻度、対人摩擦が高かった。つまりどちらも無理して明るくしているが、その中身は異なっている。『ネクラ女』は拒否されたくないがためにあえて明るくする。よって「上手くできているか」というストレスが生まれる。これは、女は自分の意志にかかわらず良い対人関係を持たなければならないという意識があるからではないかと考える。

また『ネクラ男』は、もめごとをストレスに感じている。このことは男は女とは違い、基本は無理のある対人関係を行わないと考えられるため、特別にもめたり、特別に人に合わせなければならない事態に無理をして明るくしているのではないだろうか。摩擦頻度は高いが潜在的対人ストレス、インパクトである対人摩擦には関係がないことは、実際にいやな人に合わせることがよくあると感じているが、それに強くストレスを感じるわけではないからであると考えられる。

つまり、男女の対人関係の捉え方の違いによって『ネクラ女』は「上手く人とかかわれていない」ことに、『ネクラ男』は「もめていること」に対して、「いやな相手に合わせる」ことよりも敏感であると言える。仮説とは若干異なり『ネクラ』が対人摩擦と顕著な関係ではなかったことは、「いやな相手に合わせる」こと自体ではなく、それが上手くできているかどうかや、もめているときにいかに対処できるかを問題としているからである。つまり、相手の態度の察知と自己行動の瞬時のコントロールが『ネクラ』ということである。ゆえにポジティブ態度をとる、だがストレスなので本

当は嫌な行動である。しかし上手くしなければいけないと思う。こうしてネクラの性質とストレス状態ができあがるのではないかと考えられる。(Figure18)

また、このような『ネクラ』の性質は不登校と関係があるとも考えられる。完全に不登校でなくとも、不登校グレイゾーンにある子どもや、一見そうとは見えなくても不登校感情を抱いている子どもがいる。その中には、過剰な自己行動のコントロールを行いそれが負担になっている子どももいるのではないだろうか。対人関係にネガティブな感情を持っていても、それを隠すため明るく振る舞うので一見ただけでは分からない。そのままストレスが積み重なれば不登校になるということも考えられる。不登校児のストレス研究と関連した研究が望まれる(米澤、2004)。今後、ネクラの心性と不登校感情の関係についての研究が必要であるように思われる。

#### 引用文献

- 橋本剛 1997 大学生における対人ストレスイベント分類の試み 社会心理学研究, 13, 64-75  
 北尾倫彦・中島実・井上毅・石王敦子 1997 グラフィック心理学 サイエンス社  
 岡田努 1993 現代の大学生における「内省および友人関係のあり方」と「対人恐怖の心性」との関係 発達心理学研究, 4, 162-170  
 菅原健介 1986 賞賛されたい欲求と拒否されたくない欲求— 公的自意識の強い人に見られる二つの欲求について— 心理学研究, 57, 134-140  
 渡部玲二郎 1999 対人関係能力と対人欲求の関係 心理学研究, 70, 154-159  
 米澤好史 2004 子育てと子育て支援のあり方に関する心理学的考察 和歌山大学教育学部教育実践総合センター紀要, 14, 113-122.

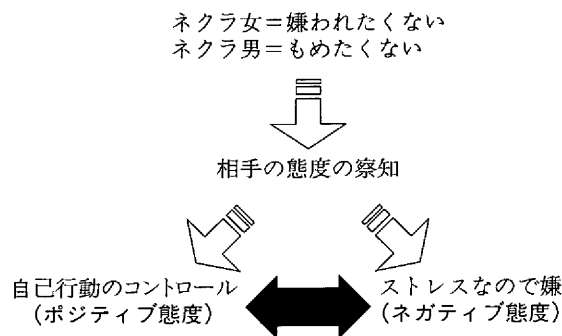


Figure18 「ネクラ」の仕組み